2023年 きゅうしょく こんだて表 9月

清須市学校給食センター

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	ごはん・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
4	月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ドライカレー	豚肉		にんじん　パセリ　トマト	たまねぎ　マッシュルーム		
		ビーンズサラダ	大豆　ハム			えだまめ　きゅうり　とうもろこし	ひよこまめ	ドレッシング
		冷凍みかん				みかん		
5	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			こむぎこ	あぶら
		しそひじきあえ			こまつな	キャベツ　もやし		
		しそ味ひじき		ひじき		しその実	さとう	あぶら
		ちゃんこ汁	鶏肉　豆腐		にんじん	たまねぎ　ぶなしめじ　ねぎ　しょうが		
6	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		八宝菜	豚肉　いか　えび		にんじん　チンゲンサイ	しょうが　たまねぎ　キャベツ　たけのこ　もやし　しいたけ	さとう　でんぷん	あぶら　ごまあぶら
		肉団子	鶏肉			たまねぎ	さとう　パンこ	あぶら
		フルーツ杏仁				パイン　黄桃	豆乳ゼリー	
7	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ホキフライ	ホキ				こめこ　じゃがいも	あぶら
		浅漬け				はくさい　きゅうり　もやし		
		みそ汁	豆腐　油揚げ　みそ			だいこん　えのきたけ　ねぎ		
⑧	金	乳サンドイッチロールパン　牛乳		牛乳			パン	
		ウインナー	ウインナー					
		ボイルキャベツ				キャベツ		
		乳土田かぼちゃのクリームシチュー	鶏肉	牛乳	土田かぼちゃ　ブロッコリー	たまねぎ		
11	月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		照り焼きハンバーグ					さとう　でんぷん	
		ハンバーグ	豚肉　鶏肉			たまねぎ	さとう	あぶら
		青菜あえ			ひろしまな　きょうな　だいこんば	キャベツ　もやし	さとう	ごま
		けんちん汁	油揚げ　豆腐		にんじん　こまつな	だいこん　ごぼう	さといも	
12	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ビビンバ	牛肉		ほうれんそう	しいたけ　ぜんまい　にんにく　もやし	さとう	あぶら　ごまあぶら　ごま
		わかめスープ	豆腐	わかめ	にんじん	たけのこ　はくさい　ねぎ		
		豆乳ムース					豆乳ムース	
13	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		さばのおかか煮	さば　かつおぶし			しょうが	さとう	
		梅風味あえ				だいこん　キャベツ　きゅうり		
		梅ごはんのもと	かつおぶし		赤じそ	うめ	さとう	
		白みそ汁	油揚げ　みそ	わかめ		たまねぎ　ねぎ	じゃがいも	
14	木	冷やしうどん　牛乳		牛乳			うどん	
		冷やしうどんの具	かにかまぼこ	わかめ	ほうれんそう	きゅうり　とうもろこし　しいたけ	さとう	
		さといもコロッケ	鶏肉				さといも　さとう　パンこ　こむぎこ	あぶら
		五目煮豆	鶏肉　大豆　はんぺん		にんじん　さやいんげん	こんにゃく	さとう	
⑮	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		卵親子丼	鶏肉　鶏卵		みつば	たまねぎ	さとう	
		昆布あえ		塩こんぶ		キャベツ　きゅうり		
		なめこ汁	豆腐　みそ			なめこ　だいこん　ねぎ		
19	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ささみ大葉梅肉フライ	鶏肉		青じそ	うめ	パンこ　こむぎこ	あぶら
		新香あえ　食育の日				キャベツ　だいこん漬け		ごま
		とうがん汁	鶏肉　豆腐		にんじん　みつば	しいたけ　とうがん		
20	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ツナごはん	まぐろ油漬け		にんじん	たまねぎ　しょうが　とうもろこし　グリンピース	さとう	
		おひたし			ほうれんそう	もやし　はくさい	さとう	
		秋なすのみそ汁	豆腐　みそ			だいこん　ぶなしめじ　なす　ねぎ		
		きなこおはぎ					きなこおはぎ	
㉑	木	乳りんごパン　牛乳		牛乳			パン	
		卵オムレツ（サラダステーキ）	鶏卵				さとう	あぶら
		イタリアンサラダ	ハム		ブロッコリー　赤ピーマン　みずな	キャベツ		ドレッシング
		ミネストローネ	鶏肉		トマト	たまねぎ　えだまめ	じゃがいも　さとう	オリーブあぶら
22	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		メバルのねぎみそ焼き	メバル　みそ			ねぎ		ごまあぶら
		きんぴらごぼう	豚肉　はんぺん		にんじん　さやいんげん	こんにゃく　ごぼう	さとう	ごま　ごまあぶら
		鶏だんご汁			こまつな	だいこん　たまねぎ　えのきたけ		
		鶏だんご	鶏肉			たまねぎ	パンこ　さとう	あぶら
㉕	月	麦ごはん　牛乳		牛乳			麦ごはん	
		乳カレーライス（アレルギー対応カレー）	豚肉	チーズ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	あぶら
		コーンサラダ	ウインナー		ブロッコリー	きゅうり　キャベツ　とうもろこし　えだまめ		ドレッシング
		乳いちごヨーグルト（ぶどうゼリー）		ヨーグルト				
26	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ごぼうつくね	鶏肉			たまねぎ　ごぼう	さとう	あぶら
		ツナあえ	まぐろ油漬け		ほうれんそう	キャベツ		
		豚汁	豚肉　油揚げ　みそ　豆腐		にんじん	こんにゃく　だいこん　ぶなしめじ　ねぎ	さといも	
27	水	小型ロールパン　牛乳		牛乳			パン	
		焼きそば	豚肉　いか　ちくわ	青のり	にんじん	キャベツ　しょうが	焼きそばめん	あぶら
		しゅうまい	豚肉　鶏肉　たら			たまねぎ	さとう　こむぎこ	
		フルーツゼリーあえ				パイン　黄桃	みかんゼリー　いちごゼリー　ブルーベリーゼリー	
㉘	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏肉の香味焼き	鶏肉			にんにく	さとう	ごまあぶら
		和風サラダ		わかめ		キャベツ　きゅうり　とうもろこし	さとう	ドレッシング
		卵かきたま汁	かまぼこ　鶏卵		ほうれんそう	しいたけ　えのきたけ	でんぷん	
29	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		いわしの梅煮	いわし			うめ	さとう	
		ささみとひじきのさっぱりあえ	鶏ささみ油漬け	ひじき		きゅうり　とうもろこし	さとう	ごまあぶら
		十五夜汁	かまぼこ　豆腐			はくさい　えのきたけ	さといも	
		お月見ゼリー					お月見ゼリー	

土田かぼちゃのクリームシチューは、R3年度新川小学校の3年生が、「土田かぼちゃを広めたい」と取り組んだ総合学習の中で提案されたレシピをアレンジして、給食の献立に取り入れたものです。

☆★☆ 毎月19日は食育の日 ☆★☆

今月は、愛知の伝統野菜のひとつである清須市産の「とうがん」を使って、「とうがん汁」を作ります。とうがんは漢字で冬の瓜と書きますが、夏が旬の野菜です。冬まで食べられるということで、冬瓜という名前になったそうですよ。

※今月は19日に清須市産のとうがんを使用する予定です。□ 部分
※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。
※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。
特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。
（特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることができます）
※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。（対応食がある日に○）
卵成分を含む献立には、献立表の前に卵でお知らせします。代替食がある場合には（　　）に記載します。
乳成分を含む献立には、献立表の前に乳でお知らせします。代替食がある場合には（　　）に記載します。
（乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です）